

# SKÓLABLAÐIÐ

FIMMTUDAGUR 14. ÁGÚST 2014

Kynningarblað Bóknám, verknám, söngnám, ökunám og námsráðgjöf.

tl.is

**TÖLVU  
LISTINN**

## TOSHIBA SKÓLATÖLVUR

# TOSHIBA

### HVÍT MEÐ 8GB VINNSLUMINNI

Ein sú heitasta í úrvalinu. Glæsileg hvít 15,6" fartölva með Intel örgjörva, 8GB vinnsluminni og stórum 1TB disk. USB3.0 og HDMI til að tengja við sjónvarp eða skjá.

**84.990**

TOS-L50B1FP



15,6"

### HAGKVÆM SKÓLATÖLVA

Frábær kostur fyrir alla almenna tölvuvinnslu eins og netið, tölvupóstinn, ritvinnslu og þetta helsta. AMD Dual Core örgjörvi, HD8210 skjástýring, 4GB vinnsluminni og 500GB diskur.

**54.990**

TOS-C50DA147

### INTEL i5 HASWELL

Ein allra bestu kaupin í skólaúrvalinu okkar í ár. Kraftmikill Intel i5 Haswell örgjörvi sem er hannaður til að þola þunga vinnslu og lengir líftíma rafhlöðunnar í allt að 6 klukkutíma. Intel HD Graphics 4400 skjáskjarni og 500GB harður diskur fyrir gögnin.

15,6"

**99.990**

TOS-L50B1LE



### FRÁBÆRKAUP

Mjög hagstætt verð fyrir 15,6" fartölva með Intel Pentium örgjörva. Traust og sterkbyggð með miklu geymsluplássi á 500GB hörðum disk og sambyggðu Intel HD skjákorti.

15,6"

**69.990**

TOS-C50B133



### EINSTAKT VERÐ Á INTEL i7

Ein sú öflugasta fyrir peninginn. Intel i7 Haswell örgjörvi fyrir þunga og kröfuharða vinnslu ásamt 2GB AMD R7 M260 skjákorti fyrir betri grafik og leiki. Þunn, meðfærileg og með lengri rafhlöðuendingu vegna Haswell örgjörvans.

15,6"

**139.990**

TOS-L50B1LF



### DRAUMATÖLVA MEÐ AMD R9

Öflugasta 15,6" tölvan frá Toshiba í ár. Glæsileg silfruð leikjafartölva með i7 Haswell og nýja 2GB AMD R9 265X leikjaskjákortinu. 6GB vinnsluminni og stór 1TB diskur. Full HD skjár og Harman Kardon hátalarar.

15,6"

**179.990**

TOS-P50B103



**REYKJAVÍK**  
SUÐURLANDSBRÁUT 26  
Sími 414 1700

**AKUREYRI**  
GLERÁRGÖTU 30  
Sími 414 1730

**HÚSAVÍK**  
GARÐARSBRÁUT 18A  
Sími 464 1600

**EGILSSTAÐIR**  
KAUPVANGI 6  
Sími 414 1735

**KEFLAVÍK**  
HAFNARGÖTU 90  
Sími 414 1740

**SELFÖSS**  
AUSTURVEGI 34  
Sími 414 1745

**AKRANES**  
ÞJÓÐBRAUT 1  
Sími 431 3333

**HAFNARFJÖRÐUR**  
REYKJAVÍKURVEGI 66  
Sími 414 1750



# Fleiri börn byrja fyrr í skóla

Í Hvaleyrarskóla í Hafnarfirði hefur síðastliðin tvö ár verið boðið upp á fimm ára bekk. Um tólf nemendur luku honum fyrsta árið og álika fjöldi í fyrra. Svipaður fjöldi fimm ára barna hefur nú þegar hafið nám. Fyrirkomulagið hefur gefist afar vel.

„Þetta er tilraunaverkefni sem er þó búið að slíta barnsskólum og hefur gefist afar vel. Við erum því að hefja þriðja veturinn,“ segir skólastjórinn Helgi Arnarson. Upphaflega kom bekkurinn til vegna húsnæðisskorts í leikskólanum. „Þá var pláss í skólanum og í stað þess að byggja nýjan leikskóla var ákveðið að fara þessa leið. Nú er hins vegar pláss í leikskólanum en við ætlum að halda þessu áfram og erum mjög áhugasöm um að þróa starfið enn frekar.“

Í upphafi var ráðinn deildarstjóri til að hafa umsjón með starfseminni. „Hún heitir Regína Rósa Harðardóttir og er bæði grunnskólakennari. Það er mikill kostur og er það ekki síst henni að þakka hvað þetta hefur gengið vel. Við vinnum bæði eftir námskrá leikskólans og yngstu barna grunnskólans og reynum þannig að draga sem mest úr skólaskilunum,“ útskýrir Helgi.

Foreldrar hafa val um hvort þeir setja börn sín í fimm ára bekk eða láta þau byrja ári síðar eins og venja er. „Þeir eru eðlilega tvístígandi og mörgum finnst erfitt að taka börnin úr litlum leikskóla og setja þau í svona stóran skóla. Þeir sem hafa slegið til hafa þó undantekningalaust verið ánægðir,“ segir Helgi. Hann segist frekar hafa átt von á

**Við vinnum bæði eftir námskrá leikskólans og yngstu barna grunnskólans og reynum þannig að draga sem mest úr skólaskilunum.**

því að fá börn sem hefðu þörf fyrir krefjandi verkefni. „Það er þó allur gangur á því og við mætum börnunum þar sem þau eru stödd. Jafnframt höfum við verið með börn af erlendu bergi brotin svo þetta hafa verið fjölbreyttir hópar sem er mikill kostur.“

Nýverið var samþykkt í Fræðsluráði Hafnarfjarðar að laga starfið meira að starfi grunnskólans og að fimm ára bekkur fylgi skólagatali hans. Nafninu var sömuleiðis breytt úr fimm ára deild í fimm ára bekk. Nú fara börnin eftir stundaskrá líkt og sex ára börnin en í henni er að finna bæði bók-, verk- og listgreinar. „Eftir sem áður leggjum við mjög ríka áherslu á leikinn og fléttum hann inn í kennsluna, en það er sú þróun sem hefur orðið í kennslu yngri barna í grunnskólum almennt. Við höfum því lært heilmikið af leikskólanum svo þetta er í báðar áttir.“



Fimm ára bekkur í Hvaleyrarskóla hefur þegar verið settur. Hér eru nokkur barnanna ásamt starfsmönnum. Skólastjórinn Helgi Arnarson og deildarstjórinn Regína Rósa Harðardóttir eru fyrir miðju.

MYND/GVA

Helgi segir töluverða gerjun í þessum efnum. „Eins og flestir vita hafa Ísaksskóli og Landakotsskóli boðið upp á fimm ára bekk í áraraðir. Síðustu ár hefur þó bæst í hópinn og býður Flata-skóli í Garðabæ líka upp á fimm

ára bekk og er jafnframt að byrja með fjögurra ára deild í haust. Þá er Krikaskóli í Mosfellsbæ með grunnskóla fyrir tveggja til níu ára. Umræðan er að opnast en hingað til hefur þetta verið svolítið klippt og skorið og talan sex

til sextán nánast heilög.“ Helgi á von á því að sjá fjölbreyttari skólagerðir á næstu árum. „Sjálfum finnst mér skólagerð sem væri byggð upp á aldurshópunum fimm til tólf ára og svo þrettán til átján ára áhugaverð.“

## Gagnlegar og einfaldar lausnir

Skólavefurinn býður upp á fjölbreytta þjónustu til skóla, nemenda og foreldra. **Lestrarkassanum** er ætlað að efla lesskilning barna og **Stærðfræðikennarinn** útskýrir ólíka þætti stærðfræðinnar á einföldu máli. Viðtökurnar hafa verið mjög góðar.

**L**estrarkassinn er nýjung sem Skólavefurinn kynnti til leiks í vor og hefur fengið mjög góðar viðtökur að sögn Jökuls Sigurðssonar, framkvæmdastjóra Skólavefsins. Hann segir fyrirtækið binda miklar vonir við verkefnið sem gengur út á að efla lesskilning barna þannig að þau nái betri tókum á þeirri list að lesa sér til bæði gagns og gamans. „Lestrarkennsla og lestrarþjálfun hefur lengi verið með nokkuð hefðbundnu sniði en ekki hefur verið lögð mikil áhersla á markvissa lestrarþjálfun í eldri bekkjardeildum. Lestur verður fyrir sífellt aukinni samkeppni og því er afar mikilvægt að taka lesturinn föstum tókum enda skiptir hann miklu máli í nútímasamfélagi. Það er með lesturinn eins og nær allt annað, maður þarf að þjálf sig svo árangur náist.“

Jökull segir lestrarkassann einblína á að þjálf lestur og lesskilning. Boðið er upp á stigskipta lesstexta úr ýmsum áttum og verkefni fylgja með sem ætluð eru til að efla skilninginn. „Í þessum fyrsta lestrarkassa eru fimmtíu textar en flokkun textanna miðast fyrst og fremst við lengd, orðaforða og misþing verkefni. Álfhólsskóli í Kópavogi var fyrsti skólinn til að nýta þetta verkefni og var það gert á miðstiginu. Efnið er hægt að fá á pappír en líka rafrænt fyrir spjaldtölvur og snjallsíma. Lestrarkassinn er síðan partur af bekkjarkerfinu þannig að kennarinn nær allt

af að fylgjast með framvindu mála hjá nemendum sínum.“

### Stærðfræðin útskýrð

Í haust mun Skólavefurinn bjóða skólum, foreldrum og nemendum upp á **Stærðfræðikennarann**. Um er að ræða einfaldan vef þar sem öll helstu atriði stærðfræðinnar eru skýrð út á einfaldan og aðgengilegan máta með hjálp myndbanda. Fjalar Freyr Einarsson, raungreinakennari í Varmárs-kóla í Mosfellsbæ, samdi allt efnið sem hann hefur prófað á nemendum sínum. „Stærðfræðikennarinn er hugsaður sem stuðningur við nemendur í stærðfræði þar sem öll helstu atriðin eru tekin fyrir. Efnið miðast að mestu við nemendur 8.–10. bekkjar en þó er einnig farið niður í grunnatriði sem henta yngri nemendum.“ Stærðfræðikennarinn er byggður á stuttum myndböndum þar sem afmarkað viðfangsefni er útskýrt í hverju myndbandi. „Síðan fylgja í kjölfarið fjögur til fimm myndbönd úr sama viðfangsefni sem eru hugsuð sem þjálfunardæmi. Allt í allt eru þetta um 500 myndbönd í ýmsum efnisflokkum. Stærstu efnisflokkarnir eru almennu brotin og algebra auk samlagningar og frádráttar. Þannig eru þetta í raun öll grunnatriði stærðfræðinnar og við byggjum ofan á það sem reynist nemendum erfiðast. Efnið hef ég byggt á reynslu minni með nemendum mínum undanfarin ár.“ Auk þess geta nemendur prentað



Lestrarkassinn og Stærðfræðikennarinn eru frábær hjálpartæki fyrir börn og unglinga.

MYND/GVA

út eða pantað dæmablöð og dæmahefti sem innihalda fleiri dæmi og útreiknuð svör.

„Núna erum við líka búin að setja inn kennsluskýringar á samræmdu prófunum í stærðfræði. Þar geta nemendur prentað þau út og reiknað þar til þeir sigla í strand en þá leita þeir skýringa og lausna á vefnum. Kennsluskýringarnar ná til samræmdra prófa í 4., 7. og 10. bekk.“

Allar nánari upplýsingar um Lestrarkassann og Stærðfræðikennarann má finna á [www.skolavefurinn.is](http://www.skolavefurinn.is).



Jökull Sigurðsson, framkvæmdastjóri Skólavefsins, og Ingólfur B. Kristjánsson, ritstjóri Skólavefsins.

MYND/GVA





# NÚ ERU INNKAUPALISTAR GRUNNSKÓLANNA KOMNIR Á HEIMKAUP.IS

Veldu þinn skóla á  
heimkaup.is og kláraðu  
dæmið á 5 mínútum 😊



## EINFALT OG ÞÆGILEGT HEIMADÆMI SEM ALLIR GETA LEYST



## SENDUM FRÍTT HEIM STRAX Í KVÖLD

\*Innan höfuðborgarsvæðisins.

Frí heimsending hvert á land sem er.  
\*Sjá nánar um sendingarmöguleika og skilmála um heimsendingar  
á heimasíðunni, [www.heimkaup.is](http://www.heimkaup.is)

Smáratorgi 3 / 201 Kópavogi / 550 2700

heimkaup.is



Örugg  
væðing



Hagstætt  
verð



Hraðsending



Sendum um  
allt land

HEIMKAUP





# Foreldrar kynni sér námsframboð

Auka þyrfti náms- og starfsfræðslu á öllum stigum grunnskólans svo nemendur öðlist þekkingu á þeim störfum sem unnin eru úti í samfélaginu að mati Ásthildar Guðlaugsdóttur, náms- og starfsráðgjafa. Það myndi auðvelda val nemenda á framhaldsnámi.

**M**argir nemendur í tíunda bekk eru tilbúnir til að taka ákvörðun um framhaldsnám en til þess að fimmtán ára unglingar geti virkilega tekið ákvörðun um námsval að loknum grunnskóla þurfa þeir að þekkja mun betur til hinna ýmsu starfa en þeir gera í dag. Það þarf að auka vægi náms- og starfsfræðslu á öllum stigum grunnskólans og svo það sé framkvæmanlegt þurfum við atvinnulífið og foreldra í lið með okkur,” segir Ásthildur Guðlaugsdóttir, náms- og starfsráðgjafi við Kársnesskóla í Kópavogi.

Ásthildur segir algengustu spurninguna frá nemendum vera hvaða einkunn þurfi til að komast inn í framhaldsskólana. Þá spyrji bæði nemendur og foreldrar hvaða skóli sé bestur. Hún vilji þó frekar leggja áherslu á að spyrja unglinginn hvaða námsbraut hann langi að velja sér en hvaða skóla.

„Ég veit að sumir skólar eru vinsælli en aðrir en það er enginn skóli betri en annar. Það er svo misjafnt hvað hentar hverjum. Mín skoðun er sú að nemendur þurfi að velja sér nám við hæfi og þá skiptir að sjálf-sögðu öllu máli að þeir hafi áhuga á námsgreinunum sem kenndar eru á viðkomandi námsbraut.“

**Allir framhaldsskólar landsins eru á menntagatt.is**

Ásthildur ráðleggur foreldrum að

**„Ég veit að sumir skólar eru vinsælli en aðrir en það er enginn skóli betri en annar. Það er svo misjafnt hvað hentar hverjum.“**

kynna sér vel það mikla námsframboð sem stendur börnum þeirra til boða að loknum grunnskóla. Hún segir iðn- og starfsnám falla í skuggann af bóknámi sem langflestir nemendur velji en alls ekki allir hafi áhuga á. Það gæti jafnvel skýrt mikið brottfall nemenda úr námi hér á landi.

Á síðunni menntagatt.is er hægt að finna glærur þar sem má sjá námsframboð allra framhaldsskóla á landinu.

## Viðtöl og áhugasviðspróf

Ásthildur segir viðtöl við nemendur og áhugasviðspróf koma að miklu gagni þegar velja á framhaldsnám. Niðurstöður áhugasviðsprófsins bendi á námsbrautir sem gætu hentað viðkomandi nemanda, miðað við áhuga þeirra á námsgreinum og athöfnum sem tengjast störfum. Þá kennir hún náms- og starfsfræðslu í efstu bekkjum Kársnesskóla.

„Stór hluti af starfi náms- og starfs-



Ásthildur Guðlaugsdóttir, náms- og starfsráðgjafi við Kársnesskóla, vill auka vægi náms- og starfsfræðslu í grunnskólum. MYND/GVA

ráðgjafa felst í því að veita nemendum og forráðamönnum upplýsingar um námsframboð að loknum grunnskóla. Ég er svo heppin að fá tækifæri til að kenna nemendum í 9. bekk náms- og starfsfræðslu og í 10. bekk kem ég reglulega inn í tíma

með fræðslu um nám að loknum grunnskóla. Nemendur koma einnig til mín í viðtal með foreldrum og svo held ég, ásamt deildarstjóra unglingastígs, stóran kynningarfund fyrir foreldra þar sem farið er yfir ýmis atriði sem varða nám að

loknum grunnskóla, inntökuskilyrði, námsframboð og þess háttar,” segir Ásthildur. „Þessir fundir hafa alltaf verið vel sóttir. Við finnum að foreldrar vilja geta verið börnunum sínum stoð og stytta þegar kemur að vali þeirra á námi.“

# Domus vox

LISTHÚS RADDARINNAR / Söngskóli - Kórar  
Skólastjóri er Margrét J. Pálmadóttir

## STÚLKNAKÓR REYKJAVÍKUR 4-24 ÁRA

Klassík - Popp - Söngleikir - Námskeið - Kirkjutónlist - Sól og söngur  
VOX FEMINAE - CANTABILE - HRYNJANDI

**‘ÞAR SEM RÖDDIN  
ÞÍN HLJÓMAR’**

**SKRÁNING** á [www.rafraenreykjavik.is](http://www.rafraenreykjavik.is) - [www.domusvox.is](http://www.domusvox.is)

SKRIFSTOFA SKÓLANS OPNAR 25. ÁGÚST, sími 511-3737 / 861-7328

## Náttúrusinfónía Mahlers í æðsta veldi

„...ásamt Vox feminae og Stúlknakór Reykjavíkur er sungu með sannkölluðum lýtlausum englaröddum svo Edensunun var að.“

Ríkarður Pálsson í Morgunblaðinu 27. maí s.l. um flutning á 3. sínfóníu Mahlers.

[www.voxfeminae.is](http://www.voxfeminae.is) / [voxfeminae@voxfeminae.is](mailto:voxfeminae@voxfeminae.is) / sími 863-4404



# Klár í skólann!

**KALLAX** hillueining 18.950,-  
B77×D39, H147cm. Ýmsir litir

**HÅRTE LED** vinnulampi 3.990,-  
Með innbyggðri LED ljósaperu  
H35cm. Ýmsir litir

**1.990,-/stk.**

**LEKMAN** kassar  
B33×D37, H33cm. Hvítt

**16.950,-**

**MICKE** skrifborð  
B105×D50, H75cm. Hvítt

**7.900,-**

**JULES** snúningsstóll, barna  
Sæti H38-51cm. Ýmsir litir/duftlakkað stál

**FNISS** pappírskarfa 395,-  
14l. H30cm. Gegnsætt

**HAMPEN** motta, hátt flos 6.990,-  
B133×L195cm. Ýmsir litir

Verslun opin **11-20** alla daga - Veitingastaður opin 9:30-19:30 - [www.IKEA.is](http://www.IKEA.is)





# Viðskiptafræðin lokkar flesta

Námsframboð í skólum landsins er ríkulegt en sem fyrr eru sum fög vinsælli en önnur. Aðsókn í viðskiptafræði hefur löngum verið mikil og er lítil breyting þar á ef marka má eftirgrennsan hjá helstu bóknámsskólum landsins. Þegar kemur að verknámi er aðsókn í tölvunám, fataið, húsgagnasmíði og gullsmíði mikil en auk þess hefur aðsókn í skipsstjórn og vélstjórn aukist eftir hrún. Leikaranám er jafnframt sívinsælt. Sömuleiðis nám í grafískri hönnun, myndlist og flugi svo dæmi séu nefnd.

Samkvæmt fjöldatölum Háskóla Íslands frá síðasta vormisseri voru langflestir skráðir í viðskiptafræði eða 897, þar af 284 nýnemar. 776 voru skráðir í verkfræðigreinar, þar af 245 nýnemar, en undir þær heyra iðnaðar- og vélaverkfræði, hugbúnaðarverkfræði, rafmagns- og tölvuverkfræði og umhverfis- og byggingarverkfræði. Þá voru 740 skráðir í lögfræði, þar af 194 nýnemar. 585 voru skráðir í sálfræði, þar af 216 nýnemar. Aðrar vinsælar greinar voru hjúkrunarfræði, félagsráðgjöf, læknisfræði og enska. Sömuleiðis grunnskóla-kennarafræði og tölvunarfræði.

Metfjöldi umsókna barst Háskólanum í Reykjavík í ár. Mest jókst aðsókn í tölvunarfræði og viðskiptafræðideild. Þá jókst fjöldi umsókna í tæknifræði umtalsvert og fjöldi umsókna í Íslenska orkuháskólann í HR margfaldadist á milli ára. Mikill fjöldi umsókna barst einnig um nám á þeim fjórum nýju þverfaglegu námsbrautum sem skólinn býður upp á í fyrsta sinn í haust, en þar gegn-

ir viðskiptafræðin í öllum tilfellum veigamiklu hlutverki. Þetta eru viðskiptafræði með lögfræði sem aukagrein, lögfræði með viðskiptafræði sem aukagrein, viðskiptafræði með tölvunarfræði sem aukagrein og tölvunarfræði með viðskiptafræði sem aukagrein.

Í Háskólanum á Bifröst var mest aðsókn í BS-nám í viðskiptafræði, ef frá er talin Háskólagátt sem er aðfaranám að háskólanámi á Bifröst. Umsækjendur voru 150. Flestir sóttu um almenna línu eða um sextíu, næst kom viðskiptafræði með áherslu á markaðssamskipti með um fjörutíu umsækjendur. Af öðrum línunum í grunnnámi var BS í viðskiptalögfræði með þrjátíu umsækjendur og BA í HHS (heimspeki, hagfræði og stjórnmálafraði) með fjörutíu umsækjendur. MS í forystu og stjórnun var svo langvinsælasta meistaranámið, með 95 umsækjendur. MA í menningarstjórnun kom þar á eftir með 45 umsækjendur.

Í Háskólanum á Akureyri var mest aðsókn í hjúkrunarfræði, sálfræði og viðskiptafræði en um-

sækjendur í þau fög voru vel á annað hundrað, í hvert fyrir sig. Mest aukning var þó í nám í fjölmiðlafræði eða um 82 prósent frá árinu á undan. Eins var fjölgun í sjávarútvegsfræði, líftækni, sálfræði, félagsvísindum, hjúkrunarfræði og í kennaradeild skólans.

Í Tækniskólanum er mest aðsókn að tölvubraut og eru umsækjendur hátt í tvö hundruð fyrir haustið. Þá eru greinar eins og fataið og húsgagnasmíði alltaf vinsælar. Í Tækniskólanum er sömuleiðis alltaf fullt í gullsmíði og yfirleitt 30 manns um hvert sæti. Eins hefur aðsókn í skipsstjórn og vélstjórn aukist mikið eftir hrún.

Í Listaháskóla Íslands er mest aðsókn í leikaranámið þegar það er í boði, en þriðja hvert ár er ekki tekið inn. Að jafnaði eru umsækjendur 120 til 140 en aðeins tíu komast inn. Þá er mikil aðsókn í grafíska hönnun en hún heyrir undir hönnunar- og arkitekta-deild skólans. Í ár eru umsækjendur 110 en tuttugu komast inn. Þá er aðsókn í vöruhönnun sífellt



Sum fög eru óneitanlega vinsælli en önnur.

að aukast. Umsækjendur eru 45 í ár en tíu komast inn. Í myndlist eru 70 umsækjendur en 25 teknir inn. Að jafnaði eru þrír til fjórir um hvert sæti í skólanum.

Í Keili, miðstöð vísinda, fræða

og atvinnulífs, er mest aðsókn í Háskólabróna, sem er meðal annars undanfari að námi við Háskóla Íslands, í leiðsögunám í ævintýraferðamennsku á háskólastigi og í flugnám sem er ört vaxandi.

## Ómissandi hljóðfæri í Reykjavík

Stúlknakór Reykjavíkur hefur tuttugasta starfsár sitt í haust.

130 stúlkur hefja æfingar með Stúlknakór Reykjavíkur nú í september. Kórinn var stofnaður af Margréti J. Pálmadóttur haustið 1994 og þá sem syngjandi forskóli fyrir fimm til átta ára stúlkur. Ári síðar festi Margrét nafnið með kennitölu og gerði formlegan kór. Þetta er því tuttugasta starfsár kórsins og nokkrar stúlkur hafa fylgt honum frá upphafi.

Fyrstu árin æfði kórinn í leiguhúsnæði en er nú orðinn einn af eigendum sönghússins DOMUS VOX við Laugaveg 116. „Stúlknakór Reykjavíkur er ómissandi í litrófi borgarinnar og jafn mikilvægur og tíu fótboltalið,” segir stjórnandinn stoltur. „Þær eru efnilegt og sívaxandi hljóðfæri og munu syngja í fimmta skipti með Sinfóníuhljómsveit Íslands á árlegum jólatónleikum þeirra í desember næstkomandi. Þriðja Sinfónía Mahlers, Pláneturnar, Carítas-tónleikarnir í Kristskirkju, Frostrósir og Maxímús Músíkús eru einnig ógleymanleg verkefni undanfarinna ára og unun að fá að syngja í Eldborgarsal Hörpu,” segir Margrét.

Stúlknakórinn starfar einnig í Grafarvogskirkju þar sem mjög efnilegar söngkonur á aldrinum 9–13 ára er að finna. Stúlkna-kórnum er skipt í nokkra aldurs-hópa, frá fjögurra ára til 24 ára, og nýtur leiðsagnar frábærra tónlistarmanna. Þær Guðrún Árný Guðmundsdóttir, Hildigunnur Einarsdóttir, Matthildur Hafliðadóttir, Halldór Smárason og Antonía



„Stúlknakór Reykjavíkur er ómissandi í litrófi borgarinnar og jafn mikilvægur og tíu fótboltalið,” segir stjórnandinn Margrét J. Pálmadóttir.

**Þær eru efnilegt og sívaxandi hljóðfæri og munu syngja í fimmta skipti með Sinfóníuhljómsveit Íslands á árlegum jólatónleikum þeirra í desember næstkomandi.**

Hevesi munu vinna með kórnum og Margréti í vetur.

Kórinn hefur fengið fjölda erlendra kóra í heimsókn og fer reglulega í söngferðir innanlands og utan. „Stúlkurnar heimsækja þekktan stúlknakór í Berlín á næstunni sem síðan endurgeldur heimsóknina og stefnir að tónleikaferð til Íslands 2016. Stúlknakór Reykjavíkur á boð til Hong



Yngsta deild Stúlknakórs Reykjavíkur á jólatónleikum í Hallgrímskirkju.

Kong en þær eiga frábæran vina-kór þar sem hefur heimsótt Ísland tvisvar sinnum,” segir Margrét.

Hún segir allar stúlkur í Reykjavík og nágrenni velkomnar í kórinn. „Þetta er svo fjölbreytt og skemmtilegt nám, enda hef ég verið í kór frá átta ára aldri og get ekki hætt, andleg vellíðan og sterk vináttubönd skapast og endast sum hver ævina út.“

Mikilvægt er að taka hlé frá vinnu við tölvuskjá og teygja á vöðvum og liðka sig.

MYND/GETTY



## Ekki gott að sitja of lengi við tölvuskjáinn

Þegar setið er lengi við tölvuskjáinn er mikilvægt að taka sér hlé, standa á fætur og hreyfa sig. Rannsóknir hafa sýnt að langar, stöðugar setur eru ekki góðar fyrir heilsuna.

■ Nauðsynlegt er að ganga um í örfáar mínútur á hálf tíma fresti, gera teygjuæfingar eða eitthvað annað til að brjóta upp heilan dag af setum á óæðri endanum fyrir framan skjáinn.

■ Eftir heilan klukkutíma af vinnu er gott að taka sér hlé eða snúa sér að nýju verkefni í að minnsta kosti fimm til tíu mínútur.

■ Mikilvægt er að fara frá skjánum þegar borðað er og gera eitthvað annað en að læra á meðan.

■ Til að koma í veg fyrir þreytu í augum er gott að hvíla þau reglulega. Lítið af tölvuskjánum og fókuserið á eitthvað sem er í nokkurri fjarlægð. Einnig er gott að hvíla augun með því að halda fyrir þau í tíu til fimmtán sekúndur.

■ Gott er að gera handaæfingar til að minnka líkur á doða í fingrum. Til dæmis má þrýsta ofan á fingur annarrar handar á meðan þeim er ýtt upp á mótí hendinni. Gerið æfinguna nokkrum sinnum í einu, sex sinnum á dag.

■ Mjög mikilvægt er að líkamsstaðan sé rétt meðan setið er við tölvuskjáinn. Bakið á að vera upprétt, tölvuskjáinn í rétttri hæð og lykilorðið nálægt líkamanum og beint fyrir framan hann.



OPIÐ  
TIL KL.  
**22**  
Í SKEIFUNNI

# ALLAR SKÓLAVÖRURNAR Á EINUM STAÐ

**INNKAUPALISTI SKÓLANNA**  
**www.a4.is**

Þú getur gengið frá skólainnkaupunum við  
tölvuna í þremur einföldum skrefum og sótt  
allan pakkann eða fengið hann sendan.

**A4**

www.a4.is



# Fannst hann vera afinn í hópnum

Ólafur Helgi Kjartansson, sýslumaður og lögreglustjóri á Selfossi, kláraði meistaranám í opinberri stjórnsýslu þegar hann var að verða 55 ára gamall. Hann segir aldurinn ekki vera neina fyrirstöðu í námi, fólk þurfi að hafa áhuga, löngun og neista til að vilja læra og seigluna til að klára námið.

Ólafur Helgi Kjartansson, sýslumaður og lögreglustjóri á Selfossi, lauk meistaranámi í opinberri stjórnsýslu frá Háskóla Íslands árið 2008. „Ég lauk diplómanámi í opinberri stjórnsýslu og stjórnun árið 1999 og var svo upptendraður af því að þegar ég sá auglýst meistaranám í stjórn málafræði þá skráði ég mig í það árið 2001. Ég stundaði námið í heilan vetur og byrjaði á þeim næsta, búsettur á Ísafirði og í fullri vinnu. Ég hafði notað allar aðferðir til að komast fram og til baka í tíma, flaug með áætlunarflugi, fór einu sinni á puttanum frá Reykjavík til Ísafjarðar með sjúkraflugvél, fór með vöruflutningabílum og ég veit ekki hvað fleira, þetta var mikið ævintýri. Ég áttaði mig svo á að venjulegt nám yrði ekki stundað með fullri vinnu frá Ísafirði þannig að ég hætti,“ segir Ólafur.

## Skemmtilegra en von var á

Hann byrjaði þó aftur í námi, meistaranámi í opinberri stjórnsýslu, haustið 2004 af fullum krafti. „Þá var ég fluttur suður á Selfoss og námið var með þeim hætti að það voru tímar tvo til þrjá morgna í viku. Ég gat ráðið við það verandi á Selfossi en mín reynsla er sú að fyrir mig er best

að vera í tímum og taka þátt í umræðunum á staðnum.

Námið var mun skemmtilegra en ég bjóst við og verulega áhugavert. Ef raunin hefði ekki verið sú hefði ég líklega hætt því það var ekki þrautalaust að komast í gegnum það. Skemmtunin og ánægjan af náminu vó algjörlega upp á móti því að þurfa að fara yfir heiðina í hálku og snjó og skipuleggja vinnuna þannig að þessir morgnarnar voru lausir en dagurinn lengri að sama skapi.“

## Sigurtilfinning að klára námið

Ólafur kláraði allt bóklega námið á tveimur vetrum en tók sér aðeins lengri tíma í lokaritgerðina en hann ætlaði sér í upphafi. „Það var nú aðallega út af því að ég tók mér ekkert frí frá vinnu en ég skilaði henni af mér í upphafi árs 2008. Það eru margir sem lenda á þeim þröskuldi sem ritgerðin getur verið en sá þröskuldur er algjörlega yfirstíganlegur,“ segir hann og brosir. „Útskriftardagurinn, 23. febrúar 2008, var mjög eftirminnilegur. Það var ákveðin sigurtilfinning sem fylgdi því að hafa klárað þetta nám. Þegar ég útskrifaðist sem lögfræðingur árið 1978 var tilfinningin allt önnur og aðallega feginleiki sem fylgdi því að vera loksins búinn með námið.“



Ólafur Helgi Kjartansson útskrifaðist úr meistaranámi í opinberri stjórnsýslu fyrir rúmum sex árum þegar hann var rétt að verða 55 ára.

MYND/MAGNÚS HLYNUR HARBARSON

„Hugarfarið skiptir svo miklu máli. Þegar ég fór í nám í seinna skiptið fór ég af stað með allt öðru hugarfari en þegar ég var að byrja í háskóla nítján ára gamall. Þá var nokkurs konar sjálfskapaður sársauki sem fylgdi því að vera í háskólanámi en í seinna skiptið

var það bara löngun, vilji og þörf til að gera eitthvað meira sem rak mann áfram. Þegar maður er kominn á þennan aldur gerir maður meiri kröfur til sjálfs sín og kennaranna. Þetta er bara eins og hver önnur vinna þar sem markmiðið er skýrt. Ég ætlaði að láta þetta

ganga upp og gera það þannig að ég myndi hafa sóma af þegar ein-kunnir yrðu skoðaðar og svo auðvitað að læra af þessu.

## Leiddist ekki í frímínútum

„Með mér í náminu var fólk með ólíkar skoðanir úr stjórnsýslunni sem gaman var að ræða við, mér leiddist að minnsta kosti ekki í frímínútunum. Það sem var líka svo skemmtilegt við námið var að vera innan um fólk sem var miklu yngra en ég. Við vorum tvö til þrjú sem vorum í eldri kantinum og ég sennilega elstur. Það var hressandi að vera innan um fólk sem átti við allt önnur vandamál að stríða og ræða við það um þau.“ Aðspurður segir hann hlæjandi að sér hafi ekki fundist hann vera pabbi samnemenda sinna. „Ég hélt á tímabili að ég væri afinn í hópnum!“

Ólafur segir það ólíklegt að hann fari í frekara nám. „Það á náttúrulega aldrei að segja aldrei en það lítur ekki út fyrir það núna. Hins vegar finnst mér nauðsynlegt að fólk sé stöðugt að endurmennta sig. Ég vil frekar kalla endurmenntun símenntun því nútíminn kallar á að fólk sé alltaf að mennta sig svo það geti staðið undir þeim störfum sem það hefur valið sér.“



einungis  
1.590 kr.  
á mánuði

Bættu  
námsárangurinn!

Skólavefurinn.is

## Háskólanám erlendis

Íslendingar hafa löngum verið duglegir að sækja sér menntun í erlendum háskólum. Samkvæmt tölum frá Lánasjóði íslenskra námsmanna stunda 25 prósentum fleiri háskólanám erlendis árið 2012 en árið 2000. Sem fyrr eru Bandaríkin og Evrópa langvinsælust en um 97 prósent allra þeirra sem þiggja aðstoð frá sjóðnum stunda nám þar.

Norðurlöndin eru vinsæll áfangastaður en um helmingur allra nemenda stunda nám þar og hefur þeim fjölgað nokkuð frá árinu 2000. Langflestir þessara nemenda stunda nám í Danmörku auk þess sem þeim sem stunda nám í Svíþjóð hefur fjölgað mikið á undanförunum árum.

Um aldamótin sótti nær þriðjungur nemenda erlendis nám til Bandaríkjanna en árið 2012 hafði hlutfallið minnkað í um 15 prósent.

Milli áranna 2000 og 2012 hefur einnig orðið mikil fjölgun hjá þeim sem stunda nám í Ungverjalandi, Grikklandi og Englandi. Árið 2012 stunduðu sjö manns nám í Kína en enginn árið 2000.

Íslendingar láta ekki heldur langar vegalengdir stoppa sig. Árið 2012 stunduðu tólf manns nám í Ástralíu og á Nýja-Sjálandi en þar var enginn skráður í háskóla árið 2000.

Námsmenn erlendis eru taldir samkvæmt gögnum Lánasjóðs íslenskra námsmanna sem leita aðstoðar sjóðsins. Tölurnar ná því ekki yfir þá sem greiða sjálfir skólagjöldin eða eru á fullum styrk frá viðkomandi háskóla.





# Ökunám á sínum eigin hraða

Ökunám er hægt að stunda í fjarnámi á netinu í Netökuskólanum. Bræðurnir Gunnsteinn R. Sigfússon ökukennari og Jóhann Þór Sigfússon tölvunarfræðingur standa á bak við skólann og segja mikinn kost að geta stundað námið á eigin hraða þegar hentar.

**Þ**rátt fyrir ungan aldur er Netökuskólinn einn stærsti ökuskólinn á landinu. Netökuskólinn kennir bókleg námskeið fyrir bílpróf og bifhjól í fjarnámi. Námskeiðin eru samþykkt af Samgöngustofu og koma í stað námskeiða sem hingað til hafa verið kennd í kennslustofum.

## Hvað má læra í Netökuskólanum?

„Í stuttu máli þurfa allir þeir sem ætla sér að verða sér úti um almenn ökuréttindi að taka tvö bókleg námskeið, ökuskóla 1, ökuskóla 2, Netökuskólinn býður upp á þessi tvö námskeið. Að auki þarf að taka námskeið í ökugerði sem er oft kallað ökuskóli 3.“ útskýrir Gunnsteinn. „Einnig þarf nemandinn að taka að lágmarki 15 ökutíma í bíl hjá verklegum ökukennara. Þegar bóklegu og verklegu námi er lokið þarf að standast bók- og verklegt lokapróf hjá Frumherja, ef nemandinn stenst þau er hann kominn með bílprófið.“

## Hvernig gengur námið fyrir sig?

„Nemandinn skráir sig á námskeið á vef Netökuskólans: [www.netokuskolinn.is](http://www.netokuskolinn.is) og getur hafið námið strax eftir skráningu,“ segir Jóhann.

„Námskeiðin eru byggð upp á lotum þar sem ákveðin viðfangsefni eru tekin fyrir í hverri lotu. Reglubundið eru lögð verkefni fyrir nemendur, spurningar, leikir, myndbönd og annað ítarefni, til að skerpa á þekkingu nemandans. Í lok hverrar lotu er krossapróf úr efni lotunnar og námskeiðinu lýkur loks með lokaprófi, sem einnig er tekið á vefnum.“

„Fjarnám getur verið mjög hentugt fyrir nemendur sem stunda til dæmis íþróttir eða eru tímabundnir. Úti á landi þurfa nemendur jafnvel að fara landshluta á milli til að stunda ökunám og einnig geta námskeið úti á landi verið stopul. Í Netökuskólanum skráir þú þig bara á námskeið þegar þér hentar, hvar sem þú ert staddur.“

„Við leitumum víða að kennsluferfi sem hentaði þessari starfsemi en fundum ekkert sem hafði



Bræðurnir Jóhann Þór og Gunnsteinn Sigfússynir standa á bak við Netökuskólann. Þeir segja mikinn kost að geta stundað námið á eigin hraða, þegar nemandanum hentar.

MYND/DANIEL

þann sveigjanleika sem við vildum og við bjuggum því til okkar eigið kennsluferfi. Kerfið byggist því á íslensku hugviti og er sérhannað fyrir fjarkennslu ökunáms og þarfir þess náms. Það er gaman að segja frá því að kerfið hefur engu að síður vakið athygli fyrir framsetningu námsefnisins og þá möguleika sem það býður upp á og við höfum fundið fyrir áhuga á að nota það víðar í fjarnámskennslu,“ segir Jóhann.

„Netökuskólinn leggur einnig mikið upp úr góðri samvinnu við aðra ökukennara. Til að námið samþættist sem best við verklegu kennsluna fær ökukennarinn sem kennir verklegu kennsluna á bílnum að vita með sjálfvirkum hætti hvernig nemandanum gengur og getur þá einnig farið yfir þau atriði sem skerpa þarf á.“

## Helstu kostir Netökuskólans

- Netökuskólinn er opinn allan sólarhringinn.
- Nemandi getur lært heima hjá sér og á þeim hraða sem honum hentar.
- Nemandi getur farið yfir námsefnið eins oft og hann vill.
- Vefurinn virkar í öllum tölvum og spjaldtölvum.
- Netökuskólinn er einnig með námskeiðin á ensku.
- Ökukennarinn fær að vita með sjálfvirkum hætti hvernig nemandanum gengur.
- Netökuskólinn býður upp á aukaefni sem undirbýr nemandanum fyrir munn- og bóklega prófið hjá Frumherja.





# Spænskunámskeið eru að hefjast

Námskeiðin okkar leggja áherslu á talmál og færni í samskiptum.

## Byrjendanámskeið:

Fyrir þá sem hafa litla eða enga spænskukunnáttu.

## Lengra komnir:

Fyrir þá sem hafa grunnþekkingu á spænsku og einnig þá sem eru lengra komnir en vilja bæta orðaforðann.

Þjóðum uppá einkatíma fyrir menntaskóla og háskólanemendur og einnig þá sem þurfa að nota spænsku í starfi og/eða í viðskiptum.

Boðið er uppá 6 og 12 vikna námskeið. Kennsla fer fram eftir klukkan 16:30.

**Skráning er til 2. september.**

# OPTIMO

Kennsla og þýðingar

Nánari upplýsingar á  
**optimo.is**  
eða í síma 7872152



## Framhald Divergent- kvikmyndarinnar!

Önnur bókin í hinum geysivinsæla Divergent-bókaflokki er nú komin út í kilju.

**Fæst hjá öllum betri bóksölum!**

eBækur IDA FORLAGIð Bókabúðin Eyðubúðin amazon

**Björt** BÓKAÚTGÁFA

[www.bjortutgafa.is](http://www.bjortutgafa.is)

# Matur sem hvorki smyrst né lekur

Matur og drykkur eiga ekki samleið með rándýrum námsbókum og verðmætum tölvum. Í tímaþröng er þó freistandi að maula hádegismatinn yfir bókunum en þá þarf að hafa varann á.

**Y**firleitt er ekki talið ráðlegt að borða yfir tölvunni eða við lestur. Fólk er til dæmis líklegra til að borða of mikið ef einbeitingin er á skjánum eða ofan í bókinni meðan borðað er. Þá má auðveldlega eyðileggja rándýran tækjabúnað og dýrmætar bækur með því að sulla niður drykkjum og sósu. Það gefst þó ekki alltaf tími til að færa sig annað þegar hungrið sverfur að og þá er eins gott að á matseðlinum sé eitthvað sem ekki molnar, sullast, smyrst eða lekur.

## Vefjur frekar en samlokur

Vefjur geta verið heppilegri en opnar samlokur til að kjamsa á yfir tölvunni ef handlagni hefur verið beitt við að búa þær til. Samlokur eiga það nefnilega til að leka og eins molnar samlokubrauð frekar. Auðvitað mætti reyna að klæða samlokuna í poka.



## Ekkert sósusull

Steik, kjúklingabringa eða skinka gætu einnig verið heppilegur tölvumatur, svo lengi sem bitunum er ekki dýft í sósur. Notaðu gaffal svo fingurnir verði ekki kámugir.



## Ávextir og þurrt nasl

Ávextir og grænmeti er þægilegt að borða við vinnuna. Þó þarf að passa að ekki leki yfir lykka-borðið þegar bitið er í safaríka ávexti. Þurkaðir ávextir eru tilvaldir.



## Gúrkur og kál

Salat sem ekki er löðrandi í dressingu er líka heppilegt og auðvitað hollur kostur við kyrrsetuna. Ef þú missir eitthvað niður eru það yfirleitt stórir bitar af salatblöðum eða gúrku sem má auðveldlega taka upp án þess að sóða út.



## Matur sem er eins og lím

Matur sem hangir saman eins og kartöflustappa er sneddí yfir bókunum.



## Ílátið getur skipt máli

Morgunkorn með mjólk sullast ekki ef það er borðað upp úr bolla, segja sumir.



## Varlega með drykkina

Drykkir í ferðamál með loki, helst gerðarlegt mál sem lokið skráfast á því ekki er alveg hægt að treysta einnota pappamálum með þunnu plastloki.



Vissir þú að...



**Barnaheill**  
Save the Children á Íslandi

börn eiga rétt á vernd  
gegn klámi.





## Herschel bakpokarnir hafa slegið í gegn

Herschel Supply Co er kanadískt vörumerki og framleiðir vandaða bakpoka, töskur, veski og fylgihluti.

Herschel hannar gæðavörur þar sem næmt auga fyrir smáatriðum og fjölbreytt litaval mætast þannig að hver og einn geti fundið tösku við sitt hæfi. **Skoðið úrvalið á facebook síðu Galleri Sautján.**



# galleri sautján

Kringlan | Smáralind

ntc.is | facebook /gallerisautjan | Instagram /#galleri17

Aðrir sölustaðir: Urban Kringlunni, A4, Salka Vestmannaeyjum, Galleri Ozone Selfossi og Akranesi, Krummaskuð Reykjanesbæ, EVA Laugavegi 26.





Námsmenn geta nú fylgst með sínum málum hjá LÍN í gegnum app.

#### MEÐ LÍN Í SÍMANUM

**Margir námsmenn** fá lán frá Lánasjóði íslenskra námsmanna, LÍN, á skólaárunum. Þeir treysta á þessa peninga til að framfleyta sér og sínum og því mikilvægt fyrir þá að vera með allt á hreinu í þessu samhengi. Til að auðvelda námsmönnum að fylgjast með öllu sem viðkemur lánamálunum geta þeir fengið sér nýtt app í símann frá Lánasjóðnum.

Með LÍN-appinu geta námsmenn fylgst með skilaboðum frá LÍN og stöðu námslána. Appið móttekur almenn skilaboð til námsmanna frá LÍN, lætur vita ef eitthvað stoppar afgreiðslu hjá LÍN og birtir lánsáætlanir.

Appið virkar í Android-tækjum með stýrikerfi 2.2 og nýrra, iPhone með útgáfu iOS 5.0 og upp úr og Windows 8 mobile.

#### LÉTTAR OG GÓÐAR FYRIR BAKIÐ

**Tinna Pétursdóttir**, eigandi netverslunarinnar Liggala sem selur ýmiss konar vörur fyrir börn, leitast við að bjóða vörur sem ekki fást hér á landi. Nýlega fékk hún skólatöskur frá Bixbee en þær hafa ekki verið fáanlegar hérlendis fyrir.

„Töskurnar eru framleiddar í tveimur stærðum. Sú minni hentar börnum sem eru að stíga sín fyrstu skref í skóla. Sú stærri er fyrir börn sem þurfa meira pláss. Töskurnar eru hannaðar með það í huga að þær reyni ekki of mikið á bakið á börnum. Þær eru vel bólstraðar í bakið og mjög léttar,“ segir Tinna.

„Eins má geta þess að fyrir hverja tösku sem keypt er gefur framleiðandinn einn bakpoka til þróunarlanda. Ég er mjög ánægð með að hafa fundið fyrirtæki sem framleiðir töskur á góðu verði og gefur með,“ segir Tinna og bendir áhugasömum á [www.liggala.is](http://www.liggala.is).

#### ÍPRÓTTAFÉLAG STÚDENTA

**Íþróttafélag stúdenta**, skammstafað ÍS, skipar sérstakan sess í háskóla- og íþróttasögu landsins. Félagið var stofnað árið 1928 af hópi nemenda við Háskóla Íslands og er eina háskólalið landsins sem hefur sent lið til leiks á Íslandsmótum nokkurra íþróttagreina. Félagið var til dæmis um margra ára skeið með sterka meistaraflokka í blaki og körfuknattleik.

**Um miðja** síðustu öld ræddu skólayfirvöld þá hugmynd að auka vægi íþróttar við skólann og að hann myndi jafnvel hlúa að afreksíþróttamönnum líkt og gert hefur verið lengi í bandarískum háskólum. Í kjölfarið voru meðal annars unnar teikningar að glæsilegu íþróttahúsi með innbyggðri sundlaug en þær hugmyndir urðu þó aldrei að veruleika.

**Bæði karla-** og kvennalið ÍS í blaki unnu hvort um sig 20 Íslands- og bikarmeistaratitla á árunum 1970-2002, þar af vann karlaliðið tíu Íslandsmeistaratitla og kvennaliðið átta titla.

**Körfuknattleikslíð kvenna** hjá ÍS var lengi meðal bestu liða landsins og urðu konurnar meðal annars þrisvar sinnum Íslandsmeistarar, síðast árið 1991. Karlalið ÍS varð bikarmeistari árið 1978 og Íslandsmeistaratitil hlaut það árið 1959. Karlalið ÍS lék lengst af í 1. deild en undir lokin var það oft stutt frá því að vinna sér sæti í úrvalsdeildinni.



MYND/GUDMUNDUR ÞORSTEINSSON

## FRÍSTUNDAHEIMILI GRUNNSKÓLAR LEIKSKÓLAR

## VILTU MÓTA FRAMTÍÐINA MEÐ OKKUR?

Við leitum að fólki á öllum aldri af báðum kynjum, með margs konar menntun og reynslu.



### SKÓLA- OG FRÍSTUNDASVIÐ REYKJAVÍKURBORGAR

óskar eftir fólki til starfa við fjölbreytt störf með börnum og unglingum. Undir sviðið heyrir meðal annars rekstur leikskóla, grunnskóla og frístundamiðstöðva Reykjavíkurborgar.

Hlutverk skóla- og frístundasviðs er að veita börnum og ungmennum í Reykjavík bestu mögulegu tækifæri til leiks, menntunar og frístundastarfs í samvinnu við fjölskyldur og nærsamfélagið.

**Í boði eru bæði heilsdagsstörf og hlutastörf.**

**Nánari upplýsingar á [www.reykjavik.is/storf](http://www.reykjavik.is/storf)**



**Reykjavíkurborg**  
Skóla- og frístundasvið